



Pemberkahan Akhir Tahun 2023 Tzu Chi Indonesia di Jakarta berlangsung selama dua hari (20-21 Januari 2024) dan diikuti 5.334 peserta. Dalam kegiatan ini para peserta mendengarkan sharing relawan, menyaksikan peragaan isyarat tangan, video kilas balik Tzu Chi Indonesia 2023, serta berdoa bersama.

Pemberkahan Akhir Tahun 2023

Kemeriahan Berbalut Rasa Syukur dan Sukacita

Pemberkahan Akhir Tahun Tzu Chi ini dilakukan sebagai ungkapan syukur dan terima kasih kepada relawan, donatur dan masyarakat yang dengan tulus mendukung Tzu Chi sehingga misi-misi Tzu Chi bisa berjalan dengan baik di tanah air.

Dengan tema “Menyebarkan Dharma dan membawa manfaat bagi semua makhluk dengan keyakinan, ikrar, dan praktik. Menetapkan pola makan nabati dan bersama-sama berbuat kebajikan demi melindungi Bumi” Pemberkahan Akhir Tahun (PAT) 2023 merupakan bentuk syukur setelah apa yang sudah dilalui sepanjang tahun 2023 yang dilaksanakan dua hari (20-21 Januari 2024). Pada hari pertama, PAT 2023 sesi internal khusus karyawan badan misi dan relawan Tzu Chi. Sedangkan di hari kedua, dikhususkan bagi para tamu undangan, donatur dan masyarakat umum. Sebanyak 5.334 peserta dengan antusias mengikuti acara PAT 2023 yang berlangsung di Tzu Chi Center, PIK, Jakarta Utara ini.

Seperti tahun-tahun sebelumnya, selalu ada penampilan dari keluarga besar Tzu Chi. Kali ini para relawan yang berjumlah 125 orang menampilkan isyarat tangan “37 Faktor Pencerahan”. Dalam penampilan ini terlihat kekompakan dan semangat para relawan. Begitu juga paduan suara dari relawan dan tim medis Tzu Chi yang menyanyikan medley lagu-lagu daerah, yang menunjukkan bahwa Indonesia kaya dengan suku,

ras, agama, sama seperti Tzu Chi yang memiliki berbagai macam perbedaan tetapi bersatu hati untuk bersedia. Penampilan yang juga membuat penonton takjub yaitu saat murid Tzu Chi School yang menampilkan seni bela diri Wushu. Selain itu juga terdapat beberapa sharing inspiratif dari relawan Tzu Chi, yaitu relawan amal, relawan pemerhati rumah sakit, dan relawan pendidikan.

Bersedia Dimulai dari Anggota Keluarga

Dalam rangkaian acara PAT 2023 ini juga ada pelantikan relawan komite Tzu Chi sebanyak 5 orang dari Jakarta, Tangerang, dan Batam. Di sesi yang sama juga terdapat 42 orang Komisaris Kehormatan (Rong Dong) yang dilantik. Komisaris Kehormatan adalah orang yang berdana sebesar 1 juta dolar Taiwan ke Tzu Chi untuk pengembangan misi-misi Tzu Chi. Salah satunya adalah pasangan ibu dan anak, Jocelin (26) dan Audrey Tanamas (6 bulan) yang merupakan anggota keluarga dari relawan Komite Tu Chi, Lynda Suparto.

“Mengetahui Tzu Chi memang dari keluarga suami, saya juga tahu dana yang kita sumbangkan dipakai buat apa, semakin yakin lagi setelah tadi melihat

kilas balik 30 tahun Tzu Chi. Semoga dana yang sudah disumbangkan bisa bermanfaat dan membantu mereka yang memang kesulitan dan butuh bantuan,” kata Jocelin.

Sementara itu dari 5 relawan Komite Tzu Chi yang dilantik, salah satunya adalah Meta Sari (42) dari Batam. Bulan November 2023 ketika saatnya berangkat ke Taiwan untuk pelantikan relawan komite, Meta tidak ikut karena sedang ada urusan lain dan kebetulan anaknya juga sedang ujian sehingga ia memutuskan tidak berangkat.

“Hari ini saya baru merasakan mimpi saya seperti nyata, karena memakai baju komite. Bagi saya ini merupakan sebuah awal perjalanan baru, dan akan masih banyak lagi tantangan di depan, jadi saya harus lebih bersungguh hati,” ungkapnya haru dan bahagia.

Bahera Tzu Chi Indonesia Berlayar 30 Tahun

PAT 2023 ini juga merupakan rasa syukur karena Tzu Chi Indonesia baru saja merayakan HUT ke-30. Di kesempatan ini para peserta juga diajak melihat apa saja yang sudah dilakukan Tzu Chi Indonesia selama 30 tahun melalui tayangan video.

“Menurut saya acara Pemberkahan Akhir Tahun sangat bagus membuat kami sebagai donatur yang tidak aktif di Tzu Chi menjadi lebih mengerti kegiatan Tzu Chi,” tutur Phau Li, salah satu donatur yang hadir. Ia sangat terharu saat melihat tayangan video serta sharing relawan pemerhati rumah sakit. Ia berharap dirinya dapat berjodoh menjadi relawan Tzu Chi.

Wakil Ketua Tzu Chi Indonesia, Sugianto Kusuma juga mengungkapkan rasa syukur dan terima kasih atas dukungan masyarakat dan donatur kepada Tzu Chi. “Dalam kesempatan ini saya juga mengimbau selain berdonasi juga bisa ikut terjun dalam kegiatan Tzu Chi mengikuti jejak shixiong-shijie yang sudah lama bergabung menjadi relawan. Semoga melalui video kilas balik dan talkshow yang kita saksikan tadi saya yakin bisa memotivasi dan bisa menjadi karma yang lebih baik untuk kita semuanya,” harap Sugianto Kusuma.

Tim Redaksi, Relawan Zhen Shan Mei Tzu Chi Indonesia

Artikel lengkap tentang Kemeriahan Berbalut Rasa Syukur dan Sukacita dapat dibaca di: <https://bit.ly/4bpWLuP>





Yayasan Buddha Tzu Chi Indonesia yang menebar cinta kasih di Indonesia sejak tahun 1993, merupakan kantor cabang dari Yayasan Buddha Tzu Chi yang berpusat di Hualien, Taiwan. Sejak didirikan oleh Master Cheng Yen pada tahun 1966, hingga saat ini Tzu Chi telah memiliki cabang di 67 negara.

Tzu Chi merupakan lembaga sosial kemanusiaan yang lintas suku, agama, ras, dan negara yang mendasarkan aktivitasnya pada prinsip cinta kasih universal.

Aktivitas Tzu Chi dibagi dalam 4 misi utama:

- Misi Amal**
Membantu masyarakat tidak mampu maupun yang tertimpa bencana alam/musibah.
- Misi Kesehatan**
Memberikan pelayanan kesehatan kepada masyarakat dengan mengadakan pengobatan gratis, mendirikan rumah sakit, sekolah kedokteran, dan poliklinik.
- Misi Pendidikan**
Membentuk manusia seutuhnya, tidak hanya mengajarkan pengetahuan dan keterampilan, tapi juga budi pekerti dan nilai-nilai kemanusiaan.
- Misi Budaya Humanis**
Menjernihkan batin manusia melalui media cetak, elektronik, dan internet dengan melandaskan budaya cinta kasih universal.

Bagi Anda yang ingin berpartisipasi menebar cinta kasih melalui bantuan dana, Anda dapat mentransfer melalui:

**BCA Cabang Mangga Dua Raya
No. Rek. 335 302 7979
a/n Yayasan Budha Tzu Chi
Indonesia**

Buletin Tzu Chi

PEMIMPIN UMUM: Agus Rijanto.
WAKIL PEMIMPIN UMUM: Hadi Pranoto. PEMIMPIN REDAKSI: Arimami Suryo A. EDITOR: Anand Yahya. STAF REDAKSI: Clarisa, Chandra Septiadi, Desvi Nataleni, Erli Tan, Erlina, Khusnul Khotimah, Nagatan, Metta Wulandari. SEKRETARIS: Bakron. KONTRIBUTOR: Relawan Zhen Shan Mei Tzu Chi Indonesia, Tim Dokumentasi Kantor Penghubung/Perwakilan Tzu Chi Indonesia. KREATIF: Erlin Septiana, Juliana Santy, Siladhamo Mulyono. DITERBITKAN OLEH: Yayasan Buddha Tzu Chi Indonesia. WEBSITE: Tim Redaksi. Dicitak oleh: PT GRAMEDIA (Isi di luar tanggung jawab percetakan)

ALAMAT REDAKSI: Tzu Chi Center, Tower 2, 6th Floor, BGM, Jl. Pantai Indah Kapuk (PIK) Boulevard, Jakarta Utara 14470, Tel. (021) 5055 9999, Fax. (021) 5055 6699 e-mail: redaksi@tzuichi.or.id.

Redaksi menerima saran dan kritik dari para pembaca, naskah tulisan, dan foto-foto yang berkaitan dengan Tzu Chi.

Kirimkan ke alamat redaksi, cantumkan identitas diri dan alamat yang jelas.

Redaksi berhak mengedit tulisan yang masuk tanpa mengubah kandungan isinya.

Kisah Nidia Elyvia (Penerima Bantuan Tzu Chi)

Senyum Sahabat yang Menjadi Penyemangat

Rasa bahagia tak bisa lagi disembunyikan Nidia Elyvia (44) saat relawan Tzu Chi berkunjung ke rumahnya di wilayah Kapuk, Cengkareng, Jakarta Barat. Tak seperti orang yang sedang sakit, dengan wajah penuh ceria Nidia berbincang dan bercanda bersama tiga orang relawan Tzu Chi dari komunitas *He Qi* Barat 1. Padahal dibalik keceriaannya, Nidia ternyata menderita kanker payudara dan tengah menjalani pengobatan.

Sebelum Nidia dinyatakan menderita kanker payudara, Nidia tidak menaruh curiga pada benjolan di sekitar payudaranya. "Awal Desember 2022, waktu itu sudah tau ada benjolan tapi belum tau kalau sakit itu (kanker)," cerita Nidia. Seperti biasanya, Nidia tetap beraktivitas normal.

Hingga bulan Februari 2023, tubuh Nidia nge-drop. "Akhirnya saya masuk RSCK Tzu Chi di Cengkareng selama lima hari. Saya ditranfusi darah sampai habis lima kantong. Setelah dibiopsi (pengambilan jaringan tubuh) kata dokternya saya didiagnosa sakit kanker payudara," jelas Nidia.

Tak pernah tebersit dalam benak Nidia akan menderita penyakit kanker payudara. Ia pun sempat menerawang bagaimana anaknya nanti. "Pas dokter diagnosis ya saya tarik napas, lemas, dan *nggak* bisa bilang apa-apa. Yang namanya sakit begini sebagai ibu pasti ingat anak," kata Nidia. "Sempet *down*, beberapa kali saya juga menangis kepikiran bagaimana kedepannya saya?" tetapi ada *support* dari keluarga, dari teman," tambahnya.

Akhirnya Nidia menjalani pengobatan kemoterapi hingga operasi pengangkatan kankernya yang secara finansial dibantu oleh saudara orang tuanya. Setelah serangkaian pengobatan selama 1 tahun lebih, kondisi finansial Nidia sangat terpuruk dan ia memutuskan untuk mengajukan bantuan ke Yayasan Tzu Chi karena sudah kesulitan untuk membiayai pengobatannya.

Setelah disurvei oleh relawan, pengajuan permohonan bantuan Nidia



Relawan Tzu Chi, Sjafini Widjaja memeluk Nidia Elyvia, penderita kanker payudara. Keduanya bersahabat dan sama-sama menjadi relawan *Da Ai Mama* sebelum Nidia sakit.

pun disetujui oleh Yayasan Tzu Chi. Yayasan Tzu Chi membantu permohonan Nidia berupa biaya pengobatan dengan jumlah yang telah ditentukan dan biaya transportasi untuk berobat ke rumah sakit sejak 15 Juni 2023. "Membantu sekali, karena bantuan dari Tzu Chi untuk transport dan biaya yang tidak dicover BPJS," ungkap Nidia.

Kangen Menjadi *Da Ai Mama*

Sebelum sakit, Nidia aktif menjadi relawan *Da Ai Mama* di Sekolah Cinta Kasih Tzu Chi Cengkareng. Ia berkeinginan sekali untuk kembali berkegiatan setelah pulih dari sakit. "Energi positif pasti ada, makanya mau ikut lagi kalau udah sehat," ucap Nidia dengan penuh semangat. Rasa kangen itu bukan hanya dirasakan oleh Nidia. Para relawan *Da Ai Mama* lainnya pun juga merasa kangen dengan sosok yang periang ini.

Motivasi dari banyak pihak (keluarga, teman-teman, relawan Tzu Chi) menjadikan Nidia lebih bersemangat lagi dalam menjalani pengobatan. "Pokoknya kita pasien kanker harus berpikir positif, berpikir *happy*, dan *keep smile*. Kuncinya itu, jangan berpikir saya sakit ini, saya

lemas, pokoknya lihat ke depan, jangan kebelakang," tambahnya bersemangat.

Mendapat perhatian yang begitu tulus dari relawan Tzu Chi, Nidia mengucapkan terima kasih karena sudah dibantu untuk proses pengobatan dan penyembuhan dirinya. "Saya sangat berterima kasih, *gan en* buat Tzu Chi udah banyak bantu saya sampai sekarang dan *support* dari relawannya," kata Nidia.

Sjafini Widjaja, relawan Tzu Chi dari komunitas *He Qi* Barat 1 yang mengunjungi Nidia pada Kamis, 4 Januari 2024 bersama dua relawan lainnya bahagia melihat kondisi Nidia saat ini. "Saya melihat Nidia sama seperti dahulu saja, seperti tidak ada sakitnya. Harapan saya dan teman-teman, semoga Nidia cepat sehat. Bisa aktif kembali dalam kegiatan Tzu Chi. Kalau senang di *Da Ai Mama*, masih banyak anak-anak yang butuh perhatiannya, kasih sayangnya, dan keceriaannya," harap Sjafini.

□ Arimami Suryo A

Artikel lengkap **Senyum Sahabat yang Menjadi Penyemangat** dapat dibaca di: <https://bit.ly/3Ooalil>



Dari Redaksi

Teladan dari Sukacita Bersumbangsih

Master Cheng Yen membimbing murid-muridnya agar mengajak lebih banyak orang lagi untuk bersumbangsih, berbagi cinta kasih dan menggalang hati untuk terus dibagikan kepada orang-orang yang membutuhkan. Tzu Chi dapat mewujudkan kegiatan-kegiatan kemanusiaannya tentunya tidak terlepas dari partisipasi para donatur dan relawan.

Pemberkahan Akhir Tahun 2023 menjadi momentum untuk saling bersyukur atas apa yang telah dilalui sekaligus untuk berbagi pengalaman para relawan Tzu Chi. Hal ini terwujud dalam *sharing* yang dilakukan oleh beberapa relawan senior yang telah 20 tahun lebih bersumbangsih dan menjadi relawan Tzu Chi Indonesia. Walaupun singkat, tetapi beberapa

sharing yang diberikan tentu syarat makna.

Ada relawan yang harus naik kendaraan umum untuk berkegiatan Tzu Chi, ada pula yang meninggalkan keluarga untuk pergi ke lokasi bencana selama beberapa bulan, ada juga yang menyadari bahwa hidupnya penuh berkah setelah menjadi relawan, dan ada yang belajar kesabaran serta pengertian saat menjadi relawan, dan berbagai pengalaman lainnya.

Kesemua hal tersebut merupakan bagian dari cerita dan pengalaman saat ingin bersumbangsih bersama Tzu Chi. Bukan sehari, seminggu, sebulan, tetapi puluhan tahun para relawan senior tersebut bersungguh hati menjalankan ajaran Master Cheng Yen. Ini menjadi bukti

bahwa banyak sekali hal yang bisa didapatkan dan berguna bagi kehidupan saat menjadi relawan Tzu Chi.

Pengalaman para relawan senior ini mengajarkan tentang arti ketulusan, kesederhanaan, serta tekad yang kuat untuk bersumbangsih bagi sesama. Dan sudah sepantasnya para relawan senior tersebut menjadi teladan bagi generasi penerus dan insan Tzu Chi. Sehingga jejak cinta kasih dan semangat para relawan tersebut dapat menjadi teladan bagi relawan-relawan muda dalam berbuat kebaikan.

Arimami Suryo A.
Pemimpin Redaksi

Mengembangkan Ajaran Buddha Demi Mewujudkan Dunia yang Harmonis

*Membimbing semua makhluk untuk menapaki Jalan Bodhisatwa
Mengubah kondisi kehidupan melalui misi amal Tzu Chi
Satu keluarga berpartisipasi dalam pementasan adaptasi Sutra
Mengembangkan ajaran Buddha demi mewujudkan dunia yang harmonis*



Artikel dan video dapat dilihat di:
<https://bit.ly/3uh4PNK>

Saya telah melihat bagaimana insan Tzu Chi melayani dengan tekun dan bersemangat demi menciptakan berkah bagi dunia. Dengan bertambahnya 1 orang yang mendedikasikan diri dengan cinta kasih, kita telah menciptakan ladang berkah bagi dunia.

Lihatlah setiap anggota komite Tzu Chi dan komisaris kehormatan yang baru dilantik. Ada juga anak-anak muda yang datang ke hadapan saya dan berkata, "Anak Anda telah kembali." Benar, seiring berjalannya waktu, jumlah relawan terus bertambah. Beruntung, setiap orang baik selalu mewariskan kebajikan sehingga masyarakat menjadi harmonis dan setiap keluarga dapat hidup damai.

Selama beberapa puluh tahun ini, Taiwan berada dalam keadaan aman dan damai. Terutama beberapa tahun ini, empat unsur alam selaras dan masyarakat damai. Inilah yang disebut dengan berkah. Selama beberapa puluh tahun ini, kita terus menciptakan berkah. Lihatlah seluruh dunia, bencana terjadi di mana-mana. Divisi Kerohanian Tzu Chi dan Misi Amal Tzu Chi semuanya sibuk.

Saya sering berkata bahwa Ketua Tzu Chi sangat sibuk. Di mana pun ada yang membutuhkan bantuan, saya memintanya untuk segera bergerak. Pengiriman melalui udara pun harus dilakukan dengan segera. Kita pun harus menyiapkan persediaan logistik. Dalam bencana besar ataupun kecil, Tzu Chi harus bertindak dengan cepat. Semua yang dilaporkan oleh relawan Tzu Chi adalah aktivitas misi amal. Beberapa tahun ini, semuanya sangat sibuk. Terima kasih, Bodhisatwa sekalian.

Kita menghimpun tetes demi tetes cinta kasih. Itulah sebabnya, kita membutuhkan donatur. Inilah yang disebut menggalang Bodhisatwa. Kita berharap ada banyak orang yang berkata, "Saya adalah insan Tzu Chi. Saya juga adalah donatur Tzu Chi. Saya adalah anggota Komite Tzu Chi. Saya adalah Tzu Cheng. Saya adalah komisaris kehormatan Tzu Chi." Lihatlah, semuanya bersumbangsih dengan sepenuh hati bagi Tzu Chi dan telah menciptakan berkah. Lapis demi lapis energi berkah terpupuk hingga menjadi tebal. Ini akan menciptakan kedamaian. Saya sangat bersyukur atas semua hal ini.

Satu Hari, Satu Tekad, dan Satu Ikrar

Selama beberapa hari di Taipei, saya melihat semua orang mendedikasikan diri dalam pementasan adaptasi Sutra. Saya merasa sangat bersyukur. Saya melihat banyak keluarga berpartisipasi dan setiap hari saya melihat orang yang berbeda. Setiap hari, beberapa ribu orang tampil. Jadi, telah ada puluhan ribu orang yang turut serta dalam pementasan adaptasi Sutra. Inilah yang menyatukan hati semua orang. Semuanya memiliki satu hati, satu tekad, dan satu ikrar yang sama. Dengan kesatuan ini, mereka mewujudkan pementasan adaptasi Sutra. Dapat terlihat bahwa inilah pahala yang terhingga.

Ada sebuah keluarga yang terdiri atas nenek, kakek, ayah, ibu, anak, dan cucu. Semuanya berpartisipasi dalam pementasan adaptasi Sutra. Lantunan syair mereka harus sama; gerakan tangan dan kaki mereka pun harus rapi. Satu keluarga ini harus kompak. Dapat terlihat bahwa keluarga-keluarga ini telah membawa Dharma dan Sutra Buddha ke

dalam keluarga mereka sehingga mereka hidup dalam keharmonisan. Dengan adanya ajaran Buddha dalam keluarga, sebuah keluarga akan menjadi harmonis.

Bodhisatwa sekalian, bagi keluarga yang semua anggotanya berpartisipasi dalam pementasan adaptasi Sutra, jangan biarkan mereka berhenti sampai di sini saja. Mereka dapat menyerap Dharma setiap hari dan membagikannya kepada orang-orang sekitar sehingga semua orang selamanya berada dalam ajaran Buddha. Hendaknya kita berdoa dengan tulus bagi dunia. Kita telah melihat tanah kelahiran Buddha. Bagaimana kita membawa ajaran Buddha ke sana? Kita perlu dekat dengan orang-orang setempat sehingga kita dapat menyebarkan Dharma.

Saya sangat berterima kasih kepada insan Tzu Chi. Insan Tzu Chi telah pergi ke sana dan mengunjungi sekolah-sekolah. Mereka bertemu dengan kementerian pendidikan, pemerintah provinsi, dan pemerintah kota untuk melaporkan bahwa mereka adalah orang Malaysia dan Singapura yang membawa cinta kasih Tzu Chi ke tanah kelahiran Buddha. Relawan merencanakan bagaimana agar semua anak dapat membawa tas sekolah, memakai pakaian seragam, memakai sepatu, dan bersekolah di sana. Melihat anak-anak di sana menerima pendidikan, saya merasa sangat senang.

Relawan juga pergi ke desa-desa dan memulai kursus menjahit untuk para perempuan. Mereka sangat sepenuh hati dan berusaha keras dalam mengajar. Saya ingin melaporkan hal ini kepada setiap kalian semua. Saya selalu mengatakan bahwa kita harus mengubah kondisi kehidupan di tanah kelahiran Buddha.

Relawan Tzu Chi berjalan selangkah demi selangkah di sana untuk menghampiri setiap orang dan merangkul mereka sehingga dapat membantu mereka mengubah kehidupan.

Sesungguhnya, ketika melihat metode relawan dalam mengubah kehidupan di Nepal, saya sangat berterima kasih. Itulah sebabnya, saya sering berkata bahwa relawan Tzu Chi sangat dekat dengan hati saya. Inilah hal yang ingin saya lakukan, yaitu mengubah kehidupan di sana. Saya sangat berterima kasih karena insan Tzu Chi telah melakukan apa yang ingin saya lakukan. Mereka telah mewujudkannya.

Membawa Dharma ke dalam masyarakat adalah tujuan besar Buddha. Terjun ke tengah masyarakat berarti membimbing orang-orang agar mereka dapat menjadi Bodhisatwa. Jalan yang ditapaki oleh insan Tzu Chi adalah Jalan Bodhisatwa. Sesungguhnya, kita memiliki banyak metode untuk menolong orang lain. Saya berharap Dharma agung dapat disebarkan di dunia dan ajaran Buddha dapat berkembang. Inilah harapan kita semua terhadap ajaran Buddha, khususnya Jalan Bodhisatwa di dunia.

Jalan Bodhisatwa ada dalam Sutra Teratai. Intisari dari Sutra Teratai ialah Sutra Makna Tanpa Batas yang menunjukkan bagaimana Bodhisatwa menggunakan berbagai cara untuk menolong semua makhluk. Itulah intisarinya. Jika kalian dapat memahami isi Sutra Makna Tanpa Batas dan mempraktikkannya di dunia, saya akan merasa tenang.

□ Ceramah Master Cheng Yen tanggal 15-1-2024
Sumber: Lentera Kehidupan - DAAI TV Indonesia
Penerjemah: Hendry, Marlina, Shinta, Janet
Ditayangkan tanggal 17 Januari 2024

「弘法利生信願行・蔬食共善護大地」

Menyebarkan Dharma dan Membawa Manfaat bagi Semua Makhluk dengan Keyakinan, Ikrar, dan Praktik; Menerapkan Pola Makan Nabati dan Bersama-sama Berbuat Kebajikan demi Melindungi Bumi

Master Cheng Yen Menjawab

Menghadapi Orang yang Tidak Baik

Ada orang yang bertanya kepada Master Cheng Yen:

Bagaimana menghadapi orang yang tidak baik?

Master Cheng Yen menjawab:

Di masa lampau, Anda dan saya memiliki benih hubungan baik sehingga di masa sekarang kita memiliki jalinan jodoh yang baik. Kita harus lebih menghargainya. Namun, jika bertemu dengan orang yang tidak berjodoh baik dengan kita, kita harus segera memperbaikinya. Kita hendaknya menambal kekurangan dari masa lampau, mengubah jalinan jodoh buruk menjadi baik. Harapannya, agar pada kehidupan ini jalinan jodoh buruk itu jangan lagi berlanjut. Jalinan jodoh buruk dari masa lampau hendaknya diselesaikan pada kehidupan ini juga.

Jika ingin mengakhiri jalinan jodoh buruk dengan seseorang, Anda sendiri tentu harus terlebih dahulu mengubah cara berinteraksi dengannya. Jika orang lain tidak berubah, Anda sendirilah yang harus segera berubah agar jalinan jodoh buruk itu berubah menjadi jodoh baik. Dengan demikian, hidup Anda akan jadi lebih nyaman.

□ Sumber: <https://www.youtube.com/watch?v=mLPpAwVNG8>

Genta Hati

Turut Berbahagia atas Kebajikan Orang Lain

Ketika bersumbangsih tanpa pamrih dengan satu hati, semua orang diliputi rasa sukacita.

Dengan menciptakan berkah setiap hari, kita akan memperoleh berkah setiap hari.

Semua orang hendaknya menjadi teladan bagi satu sama lain.

Saat orang lain menciptakan berkah, kita hendaknya turut memuji dan bersukacita atas kebajikan yang telah ia lakukan.

Wejangan Master Cheng Yen pada Pemberkahan Akhir Tahun wilayah Taiwan Utara, 7 Januari 2024



TZU CHI BANDUNG: Bantuan Banjir

Perhatian Bagi Korban Banjir Bandang di Braga

Jebolnya tanggul Sungai Cikapundung pada Kamis, 11 Januari 2024 menyebabkan banjir bandang ke perkampungan warga di Kelurahan Braga, Kecamatan Sumur Bandung, Kota Bandung. Ratusan rumah di dekat sungai pun terendam banjir. Merespon musibah ini, Tzu Chi Bandung memberikan bantuan bagi warga terdampak banjir bandang tersebut.

Peristiwa ini terjadi pada pukul 17.00 WIB setelah hujan mereda. Air Sungai Cikapundung yang tadinya perlahan surut, tiba-tiba menjadi besar dan deras akibat kiriman air dari hulu sungai dan menyebabkan tanggul sungai jebol. Hal ini sontak membuat warga panik dan beramai-ramai menyelamatkan diri ke daerah yang lebih tinggi.

Banjir bandang ini juga menyebabkan rumah-rumah di 4 RW, Kelurahan Braga terendam banjir di

antaranya RW 8 sebanyak 250 rumah, RW 4 sebanyak 250 rumah, RW 3 dan RW 7 sebanyak 100 rumah. Rumah-rumah yang paling parah terdampak di RW 8, banyak isi rumah yang hanyut terbawa air dan hanya menyisakan dinding.

Pada Minggu, 14 Januari 2024 ketika air sudah mulai surut dari pemukiman warga, para relawan Tzu Chi Bandung mendatangi tempat kejadian. Relawan membawa bantuan berupa 200 kg beras, makanan ringan, minyak goreng, mi instan, ember, pakaian dalam untuk pria dan wanita, dan sekop untuk dapat langsung digunakan warga yang saat itu sedang membersihkan lumpur. Para relawan juga meninjau lokasi yang parah dan membawa bahan makanan ke dapur umum warga untuk langsung diolah.

□ Eny Herlina (Tzu Chi Bandung)



Peduli dengan warga yang terdampak banjir bandang di Kelurahan Braga, Kecamatan Sumur Bandung, Kota Bandung, relawan Tzu Chi Bandung memberikan bantuan berupa makanan, pakaian, dan peralatan untuk membersihkan sisa-sisa banjir.

Firi Agisni Pramono (Tzu Chi Bandung)



Pembagian Angpau Berkah dan Kebijakan dari Master Cheng Yen kepada para peserta dilakukan oleh relawan Tzu Chi Makassar dalam kegiatan Pemberkahan Akhir Tahun 2023.

Dok. Tzu Chi Makassar

TZU CHI MAKASSAR: Pemberkahan Akhir Tahun 2023

Merenung Kembali dan Memandang ke Depan Bersama

Hari itu, Minggu 28 Januari 2024, merupakan hari yang istimewa bagi para relawan dan donatur Tzu Chi Makassar. Di Kantor Tzu Chi Makassar, mereka berkumpul menghadiri Pemberkahan Akhir Tahun 2023. Sebuah momen untuk merenungkan perjalanan bakti sosial sepanjang tahun yang telah berlalu, serta untuk menyemangati diri sendiri dalam menghadapi tantangan-tantangan baru di tahun yang akan datang.

Acara dimulai dengan menonton kilas balik kegiatan bakti sosial selama tahun 2023. Dalam video yang diputar, para peserta dibawa untuk mengingat kembali momen-momen penuh makna saat mereka berbagi kasih dengan sesama. Dari pembagian paket sembako hingga bantuan kesehatan, setiap aksi kebaikan disaksikan dengan penuh haru dan rasa syukur.

Ketua Tzu Chi Makassar, Soandy Gozal memberikan sambutan hangat kepada semua peserta. Ia mengapresiasi dedikasi dan semangat tanpa batas yang telah ditunjukkan para relawan dan donatur sepanjang tahun. Soandy juga

mengajak semua untuk terus bersama-sama menjaga semangat kebersamaan dan kepedulian dalam menjalankan misi kemanusiaan.

Tidak hanya kata-kata, isyarat tangan yang ditampilkan para relawan Tzu Chi Makassar menjadi bagian tak terpisahkan dari acara ini. Dengan gerakan yang penuh makna, para relawan mengungkapkan rasa terima kasih dan komitmen mereka untuk terus berbakti kepada masyarakat yang membutuhkan.

Salah satu momen puncak acara adalah penuangan celengan bambu bersama. Celengan bambu merupakan simbol kepedulian dan kebersamaan dalam menjalani perjalanan kebaikan. Para peserta dengan penuh antusias menuangkan sejumlah sumbangan ke dalam celengan bambu tersebut, sebagai wujud nyata komitmen mereka untuk terus mendukung kegiatan kemanusiaan Tzu Chi Makassar. Acara dilanjutkan dengan doa bersama untuk memohon berkah dan petunjuk di tahun yang akan datang.

□ Putri Maharani (Tzu Chi Makassar)

TZU CHI MEDAN: Ramah Tamah Gan En Hu

Sahabat Keluarga Sendiri



Para Gan En Hu dan pendamping menerima angpau dari relawan Tzu Chi setelah kegiatan ramah tamah penerima bantuan Tzu Chi di Depo Pelestarian Lingkungan Titi Kuning Medan selesai.

Liani (Tzu Chi Medan)

Pada Minggu, 7 Januari 2024, relawan Tzu Chi Medan komunitas Hu Ai Titikuning mengundang para

Gan En Hu (penerima bantuan Tzu Chi) untuk berkumpul ke Depo Pelestarian Lingkungan Titi Kuning Medan.

Kedatangan para penerima bantuan Tzu Chi ini selalu disambut hangat para relawan layaknya keluarga.

Para Gan En Hu juga dipandu ke stan pangkas rambut untuk mereka yang ingin memotong rambutnya. Ada juga pojok TIMA untuk pemeriksaan dan konsultasi kesehatan. Menambah sukacita hari itu, para Gan En Hu dibagikan parcel dan angpau berkah. Setiap paket parcel berisi 5 kg beras, 2 liter minyak goreng, 1 kg gula, 2 botol sirup, 1 kaleng biskuit, 1 toples kue kering, dan 1 bungkus minuman rasa coklat. Semuanya dikemas dalam kotak yang bisa dipakai kembali. Total ada 46 paket parcel yang diberikan.

Pada ramah tamah ini, Ita yang merupakan ibu dari Arya Lesmana, salah satu penerima bantuan Tzu Chi membagikan kisahnya. Arya, anak tunggalnya mengalami kecelakaan saat hendak mengambil ijazah SMA pada tahun 2019. Akibat kecelakaan tersebut, keluarga banyak menghabiskan uang

hingga harus berutang. Keadaan sang anak tidak bertambah baik, malah lumpuh total dengan luka di sekujur tubuh.

Pada Maret 2023, Ita memohon bantuan pada Tzu Chi. Relawan berkunjung dan melakukan survei. Dari hasil *meeting*, Arya pun dibantu. Bantuan bukan hanya berupa biaya pengobatan, tetapi juga pendampingan hingga keadaan anaknya membaik, pulih dari segi batin dan jasmani. Ita sangat bersyukur dengan jalinan jodohnya dengan Tzu Chi.

"Bersyukur dan terima kasih Tzu Chi telah memberi bantuan kepada kami. Sangat luar biasa pendampingan dari relawan Tzu Chi sehingga anak saya cepat sembuh. Sering berkunjung ke rumah memberikan semangat kepada Arya yang telah mengalami kemerosotan semangat dan tekanan dengan kondisinya," tutur Ita. □ Liani (Tzu Chi Medan)



Para relawan dan tamu undangan yang mengikuti Pemberkahan Akhir Tahun 2023 di Manokwari, Papua Barat menerima Angpau Berkah dan Kebijakan dari Master Cheng Yen.

TZU CHI BIAK: Pemberkahan Akhir Tahun 2023

Pemberkahan Akhir Tahun di Manokwari

Mengawali kegiatan di tahun 2024, insan Tzu Chi di Manokwari, Papua Barat melaksanakan Pemberkahan Akhir Tahun 2023 pada Sabtu, 20 Januari 2024. Setelah mulai terbentuk kepengurusan di bulan April 2023, para relawan pun telah memulai kegiatan di Misi Amal, Misi Kesehatan, dan Misi Pelestarian Lingkungan Tzu Chi.

Sebelumnya relawan Tzu Chi di Manokwari jika mengadakan kegiatan selalu berkoordinasi dengan Tzu Chi Biak yang jaraknya cukup jauh dan hanya bisa dijangkau menggunakan pesawat udara ataupun kapal laut. Akhirnya relawan Tzu Chi di Manokwari sepakat bersama-sama untuk mulai membuka kantor penghubung Tzu Chi yang baru.

Ketua Tzu Chi Manokwari yang juga anggota TIMA Indonesia drg. Yuni Yanan dalam sambutannya berterima kasih atas dukungan relawan dan donatur sehingga beberapa kegiatan berhasil

dilaksanakan. “Ke depan di tahun 2024 ini marilah kita bersama-sama bersedekah kepada masyarakat Manokwari lebih banyak lagi,” ujarnya.

Chandra Ferdian memberikan sambutan cinta kasih mewakili Ketua *Hu Ai* Papua, Susanto Pirono. “Bersedekah adalah suatu keharusan, bersedekah bukan memohon berkah, dengan tanpa meminta balasan kita akan mendapat balasan. Terima kasih kepada *Shixiong* dan *Shijie* di Manokwari yang telah mulai memikul tanggung jawab menggarap ladang berkah ini,” tutur Chandra.

Kegiatan ini pun diakhiri dengan pembagian Angpau Berkah dan Kebijakan dari Master Cheng Yen kepada relawan dan donatur yang memenuhi ruangan Ruang Kaimana Swissbell Hotel Manokwari Papua Barat.

□ Marcopolo AT (Tzu Chi Biak)

TZU CHI PALEMBANG: Donor Darah

Wujud Cinta Kasih dengan Donor Darah

Relawan Tzu Chi Palembang komunitas Tamken bekerja sama dengan PMI Kota Palembang kembali mengadakan donor darah pada Minggu, 7 Januari 2024. Donor darah ini berlangsung di Sekolah Kusuma Bangsa Kota Palembang yang berlangsung dari pukul 08.00 – 12.00 WIB. Sebanyak 32 relawan bergotongroyong menyukseskan donor darah ini dengan penuh semangat dan sukacita.

Kapolrestabes Palembang, Kombes Pol Dr. Harryo Sugghartono S.I.K, M.H juga menyempatkan diri datang meninjau langsung kegiatan donor darah ini. Ia menyampaikan apresiasinya kepada

Dari donor darah ini, PMI berhasil mengumpulkan 145 kantong darah. Dedi Yusmanto yang merupakan seorang pendonor aktif sudah beberapa kali mengikuti kegiatan Tzu Chi yang diadakan di sekolah ini.

Ia memuji pelayanan yang diberikan relawan Tzu Chi. “Pelayanannya bagus, sangat baik. Relawannya juga sangat baik,” ujarnya.

Sikap relawan yang ramah dan perhatian juga membuat Anderson Jamil merasa nyaman. “Sangat bagus, sangat maksimal ya. Kami sebagai pendonor merasa terlayani dan dihargai,” ungkapnya.

Koordinator kegiatan, Andi Sudarwi mengungkapkan pengalaman pertamanya ini. “Yang paling berkesan adalah tim relawan yang sangat semangat dalam bekerja sama untuk membagikan cinta kasih kepada semua, khususnya kepada pendonor. Harapan saya relawan Tzu Chi terus bisa bertambah yang baru, yang bisa terus membangun kebersamaan,” sambungnya.

□ Christine (Tzu Chi Palembang)



Warga Kota Palembang sangat antusias dengan donor darah yang digelar Tzu Chi Palembang di Sekolah Kusuma Bangsa. Pada donor darah kali ini, sebanyak 145 kantong darah berhasil dihimpun dari para pendonor.

TZU CHI CABANG SINAR MAS: Bantuan Banjir

Bantuan Bagi Warga Terdampak Banjir di Muara Lakitan

Hujan deras mengakibatkan beberapa sungai di Kecamatan Muara Lakitan, Kabupaten Musi Rawas, Sumatera Selatan meluap dan menggenangi beberapa desa, termasuk Desa Semeteh, Desa Lakitan, dan Desa Lubuk Pandan. Sudah lebih dari dua pekan, warga kesulitan beraktivitas dan mencari bahan pangan. Relawan Tzu Chi Cabang Sinar Mas di komunitas *Xie Li* Sumatera Selatan (Sumsel) 1 pun menyalurkan bantuan untuk warga di tiga desa di Kecamatan Muara Lakitan pada Rabu, 17 Januari 2024.

Desa pertama yang dituju relawan adalah Desa Semeteh. Di desa ini banjir sudah mulai surut, namun beberapa lokasi masih tergenang. Relawan segera menurunkan bantuan sembako dari truk untuk diserahkan ke posko dapur umum yang didirikan perangkat desa.

Selanjutnya relawan menuju Desa Langitan. Dalam perjalanannya, relawan harus mengarungi genangan air di jalan raya dengan ketinggian kurang lebih 1

meter. Setelah serah terima sembako bantuan, relawan segera melanjutkan perjalanan menuju Desa Lubuk Pandan yang merupakan desa terakhir tujuan relawan menyerahkan bantuan sembako.

Perjalanan menuju Desa Lubuk Pandan ditempuh selama satu jam. Kondisi jalan yang licin dan beberapa ruas jalan yang tergenang banjir menemani perjalanan relawan. Kedalaman air masih cukup tinggi di desa ini, kurang lebih 1,5 meter. Untuk itu relawan menggunakan sampan warga sebagai alat transportasi mengantarkan sembako secara langsung ke warga.

“Terima kasih kami ucapkan bapak ibu relawan Tzu Chi Cabang Sinar Mas yang sudah sering sekali peduli dan selalu memberikan uluran kasihnya. Kali ini kami diberikan bantuan sembako, tentu bantuan ini sangat bermanfaat untuk warga di sini yang sedang mengalami musibah banjir,” ujar Dewi, salah satu warga Desa Lubuk Pandan.

□ Mai Adeyani Ritonga (Tzu Chi Cabang Sinar Mas)



Relawan Tzu Chi Cabang Sinar Mas komunitas *Xie Li* Sumatera Selatan (Sumsel) 1 memberikan bantuan untuk warga tiga desa di Kecamatan Muara Lakitan yang sudah dua pekan terendam banjir.

Beverly Clara (Relawan Tzu Chi Tanjung Balai Karimun)

Semangat dan Harapan Dari Pulau Penuh Berkah



Dok. Tzu Chi Tanjung Balai Karimun

Saya merasa beruntung banget bisa mengenal Tzu Chi dari kecil. Karena waktu itu tahun 2005, mama suka ajak saya berkegiatan Tzu Chi di Tanjung Balai Karimun dan saat itu usia saya masih 3 tahun. Hingga ketika umur 6-7 tahun, disitu baru peralihan mulai memaham kegiatan yang dilakukan Tzu Chi.

Tentunya ya senang, kan saya sudah dari kecil ikut Tzu Chi-nya. Mulai dari kelas budi pekerti, lalu ke *Tzu Shao*, *Tzu Ching*, sampai sekarang ini jadi staf dan relawan abu putih di Tzu Chi Tanjung Balai Karimun. Teman-teman juga terkadang ada yang tanya, kenapa sih masih muda mau jadi relawan Tzu Chi? Jadi pernah kepikiran juga kenapa saya disini terus. Waktu saya kuliah juga banyak kesempatan untuk mengembangkan potensi seperti teman-teman lainnya. Entah kenapa tapi saya *nggak* bisa. Ujung-ujungnya kepikiran *nggak* bisa ninggalin Tzu Chi.

Sampai ada kejadian (kecelakaan) saya tersetrup mesin pemanas air yang korslet. Itu benar-benar saya sampai jatuh dan *nggak* bisa bangkit. Saya sampai

kepikiran 'wahh, ini gimana? Saya belum sempat *ngapa-ngapain*, masa udah mau pergi.' Jadi saya pikirkan matang-matang dan kayaknya memang saya harus *stay* di Tzu Chi. Kalau misalnya saya *nggak* di

“ Saya tetap bisa mengembangkan diri, bisa menjadi versi yang terbaik dari diri saya.”

Tzu Chi, tentunya saya akan membiarkan kesempatan untuk mendalami bidang amal dan kemanusiaan. Disitu mungkin saya merasa sangat menyesal.

Terlepas dari keputusan yang saya ambil ini benar atau tidak, tapi kan kesempatan bagus itu bisa dimana saja. Lagipula kalau kita bisa bekerja sambil beramal itu mungkin sebuah hal yang didambakan orang-orang. Tapi ya tidak bisa dipungkiri bahwa dalam bekerja atau berorganisasi ya selalu ada gesekan dan perbedaan pendapat. Terlepas dari itu semua yang terpenting di Tzu Chi saya tetap bisa mengembangkan diri, bisa menjadi versi yang terbaik dari diri saya.

Padahal dulu sempet protes juga kalau orang tua terutama mama berkegiatan Tzu Chi. Tapi setelah saya makin tumbuh besar, secara langsung ikut merasakan dan melihat apa yang mama kerjakan, saya jadi paham. Sekarang ditengah-tengah kesibukan, kadang di rumah saya yang gantiin masak buat keluarga. Jadi saling mengerti.

Sejak 2015 saya juga sudah sepenuhnya berpola hidup vegeteris mengikuti dan menjalankan anjuran Master Cheng Yen. Karena bagi saya beliau itu Guru, Pedoman, dan Harapan. Kenapa? Kalau guru ya jelas, guru batin, guru dalam segi apapun. Beliau juga jadi pedoman yang sangat baik apalagi di zaman sekarang. Saya *nggak* bisa bayangin apa yang jadi pedoman hidup keluarga dan saya sendiri kalau *nggak* ada Tzu Chi. Tiap kali kalau ada masalah dan saya mengingat

Master Cheng Yen itu, saya selalu merasa apapun yang terjadi pasti ada harapan.

"*Asalkan ada tekad pasti ada kekuatan*". Walaupun singkat, tapi Kata Perenungan Master Cheng Yen ini sangat mengena di hati saya. Karena setiap kali ada tantangan atau masalah saya kan sudah menanam tekad saya disini (Tzu Chi). Jadi dari tekad itu saya percaya daripada saya memohon mendapatkan hidup yang lebih gampang, lebih baik saya memohon diberikan kekuatan.

Saya juga aktif menjadi relawan *Zhen Shan Mei* (dokumentasi) di Tzu Chi Tanjung Balai Karimun. Dalam satu kesempatan saya pernah ikut untuk mendokumentasikan survei kasus dan saya merasa beruntung dengan kehidupan ini. Saat itu betul-betul membuka mata saya karena saya baru tau ada orang di Tanjung Balai Karimun yang masih kelaparan. Waktu itu saya merasa terpukul melihat kondisi keluarga yang kami survei tersebut. Saya pun berpikir apalagi yang tidak saya syukuri dalam hidup ini.

Jadi ya banyak keuntungannya menjadi relawan Tzu Chi, belajar banyak hal. Tetapi saya percaya keuntungan itu tidak bisa disebutkan satu persatu karena terlalu banyak. Kalau mau tau ya langsung daftar menjadi relawan nanti dirasakan sendiri, *hehehe*. Sampai *nggak* tau cara ngomongnya, pokoknya banyak banget keuntungannya.

Rencana ke depannya saya pengen *stay* di Tzu Chi Tanjung Balai Karimun. Bersama relawan-relawan lainnya ya mau memajukan organisasi ini, supaya bisa semakin menjangkau daerah-daerah pelosok secara langsung. Kalau kata Master Cheng Yen kan Tanjung Balai Karimun adalah pulau yang penuh berkah, jadi ya mau berusaha agar semua orang di pulau ini bisa menjadi donatur Tzu Chi. Pokoknya selama saya diberi kesempatan, saya akan lakukan yang terbaik buat Tzu Chi.

□ Seperti yang dituturkan kepada:
Arimami Suryo A.

Kilas

Persiapan PAT 2023

Pembuatan Bacang Vegetaris

Menyambut acara Pemberkahan Akhir Tahun (PAT) 2023, relawan Tzu Chi dari tujuh *He Qi* di Jakarta sibuk mempersiapkan acara yang rutin digelar Tzu Chi Indonesia. Tim konsumsi misalnya, di acara PAT yang digelar pada 20 dan 21 Januari 2024, mereka harus menyiapkan sekitar 8.000 paket makanan untuk para peserta PAT dan juga tamu undangan. Untuk itu, tim konsumsi masing-masing *He Qi* menerima tanggung jawab untuk menyediakan masing-masing sebanyak 1.150 porsi makanan yang kali ini disepakati berupa bacang vegetaris.

Di *He Qi* Barat 2, relawan mulai melakukan proses itu sekitar dua pekan sebelum PAT. Di balai warga Rusun Cinta Kasih Tzu Chi Cengkareng yang teduh, hari itu (7/1/24) relawan tim konsumsi *He Qi* Barat 2 berkumpul guna membungkus 1.000 buah bacang.

Di balik kerja keras relawan Tzu Chi dalam membuat 8.000 bacang, ada harapan bahwa nantinya makanan khas etnis Tionghoa yang dibuat dalam versi vegetaris ini bisa diterima oleh masyarakat karena rasanya yang tetap lezat untuk dikonsumsi.

□ Metta Wulandari



Metta Wulandari

Gathering Relawan

Bersama Menyatukan Visi dan Misi



Dok. (He Qi) Tangerang

Bersatu Hati, Harmonis, Menyayangi dan Gotong Royong dalam mengembangkan Cinta Kasih Universal menjadi tema *gathering* relawan Tzu Chi komunitas *He Qi* Tangerang yang dilaksanakan pada Minggu, 28 Januari 2024 di Springs Club, Gading Serpong, Tangerang.

Gathering yang diadakan setiap awal tahun ini, selalu ramai dihadiri oleh relawan, bahkan kali ini dihadiri oleh 212 relawan Tzu Chi komunitas *He Qi* Tangerang yang terdiri dari *Hu Ai* Tangerang dan *Hu Ai* Serpong, ditambah Relawan Summarecon Peduli.

Kegiatan ini juga sekaligus menyambut jajaran pengurus relawan Tzu Chi komunitas *He Qi* Tangerang periode 2024-2025 dengan total sebanyak 73 relawan masuk dalam jajaran *Fungsionaris He Qi* Tangerang. "Di Tzu Chi kita punya kesempatan untuk belajar banyak hal, seperti bertoleransi dengan kekurangan yang ada, membimbing dan mengarahkan agar menjadi lebih baik dan bersama menuju ke arah yang lebih baik," ungkap Ketua *He Qi* Tangerang, Johnny Chandrina.

□ Zhen Zhan Mei (He Qi Tangerang)

Kelas Budi Pekerti

Mempersiapkan Karakter Baik untuk Masa Depan

Sebanyak 29 relawan Tzu Chi komunitas *He Qi* Pusat menghadiri Kelas Bimbingan Budi Pekerti *He Qi* Pusat pada Minggu, 14 Januari 2024. Tema pembelajaran hari itu (14/01/2024) adalah *Kerendahan Hati, Berbakti dan Merawat, Menumbuhkan Anak dengan Cinta Kasih* yang dibawakan oleh Lie Anne Tanjaya dan Andrias Wijaya. Sebanyak 12 murid *Qing Zi Ban-Besar* dan 11 murid *Tzu Shao Ban* beserta 21 orang tua murid mengikuti kelas yang berlangsung dari pukul 08.30 WIB hingga 12.30 WIB.

Selain seminar, puncak acara dari pengajaran kelas pada hari Minggu tersebut adalah prosesi persembahan teh, kue, prakarya bunga, dan basuh kaki.

"Bahagia, senang bisa cuci kaki Mama, Papa," ujar Helen Stephanie (12). "Saat mencuci kaki, ada merasakan kaki mereka yang sedikit kasar. Teringat perjuangan Papa, Mama yang susah. Merawat saya saat sakit, mengantarkan saya pergi ke sekolah, membuatkan bekal. Terima kasih Mama, Papa," sambungnya. Mery dan Veryanto, orang tua Helen pun terharu atas perlakuan anaknya.

□ Rosy Velly Salim (He Qi Pusat)



Dok. He Qi Pusat

Tea Gathering

Tea Gathering DAAI TV



Henry Pramudya Soegijana (DAAI TV)

Bertempat di Tzu Chi Center Indonesia, pada 27 Januari 2024, DAAI TV mengadakan *Tea Gathering* dengan peserta para pengusaha yang juga menjadi pengiat sosial. Menjadi bagian dari misi keempat Tzu Chi, DAAI TV ingin semakin menyebarkan nilai-nilai kebenaran, kebajikan, dan keindahan dengan dukungan berbagai pihak.

Edy Wiranto selaku BoD DAAI TV Indonesia menyampaikan ajakan untuk terus mendukung DAAI TV dalam menyebarkan cinta kasih. "DAAI TV dengan komitmen untuk menyiarkan konten dengan nilai kebenaran kebajikan dan keindahan memberikan kita kesempatan untuk berbuat lebih," ungkapnya.

Dalam kesempatan ini, relawan Komite Tzu Chi Indonesia, Liliawati Rahardjo berkesempatan untuk bercerita kisah yang membuat hidupnya menjadi lebih bermakna. "Salah satu hari yang paling membahagiakan buat saya adalah ketika saya berhasil mengumpulkan donasi celengan bambu dari masyarakat di mal. Ini adalah kebahagiaan Dharma yang hanya bisa di dapat di Tzu Chi," tuturnya.

□ Mika Wulan (DAAI TV Indonesia)

Cermin

Harimau dan Serigala

Ada dua ekor harimau di pegunungan, satu bernama Shanya dan satu lagi bernama Shanbo. Mereka memiliki hubungan yang sangat baik dan pergi berburu bersama setiap hari. Mereka seringkali diikuti oleh serigala licik yang menghidupi dirinya dengan memakan sisa mangsa yang ditinggalkan Shanya dan Shanbo.

Meskipun serigala bergantung kepada harimau, dia sangat takut akan kekuatan mereka. Dia sering berpikir, "Seekor harimau saja sudah sangat kuat, kalau dua harimau ini bersatu kekuatannya pasti akan tidak terkalahkan. Aku harus menemukan cara untuk menyingkirkan mereka. Jika tidak, apabila terjadi sesuatu yang terduga, mungkin nyawaku tidak terselamatkan."

Suatu hari serigala mendapat ide dan berkata kepada Shanya, "Aku dengan baik hati memberitahumu sesuatu, tetapi kamu jangan menyakitiku." Shanya berkata, "Bagaimana mungkin aku menyakitimu tanpa alasan? Jangan khawatir, katakan saja!" Serigala mendekat dan berbisik di samping telinga Shanya, "Shanbo biasanya terlihat sangat baik kepadamu, tetapi aku mendengar banyak hewan mengatakan bahwa Shanbo sering bilang bahwa kamu tidak sebaik dia dalam hal penampilan, warna, bulu, kekuatan, dan lain-lain." Shanya mengingat kata-kata ini dalam hatinya.

Tidak lama kemudian, serigala berlari ke arah Shanbo dan berkata, "Shanya sangat tidak menghormatimu. Dia mengatakan banyak hal buruk tentangmu di depanku dan mengatakan bahwa kamu tidak sebaik dia dalam banyak hal." Shanbo juga mengingat kata-kata ini dalam hati.

Ketika kedua harimau itu bertemu lagi, mereka saling melotot karena perselisihan yang disebabkan oleh serigala. Shanya berpikir dalam hati, "Aku harus menyerang terlebih dahulu untuk melihat siapa yang lebih kuat." Jadi, Shanya menyerang terlebih dahulu dan berniat memukul Shanbo. Shanbo tidak langsung melawan, tapi memilih mundur. Shanya tidak menyerah dan memaki Shanbo, "Mengapa kamu mengatakan bahwa aku tidak sebaik kamu dalam segala hal kepada hewan-hewan?"

Shanbo mendengar kata-kata Shanya. Meskipun dia sangat marah, tetapi dia masih bisa tetap tenang dan berpikir, "Tidak, aku tidak memarahi Shanya. Mengapa dia mengatakan itu?" Melihat Shanya hendak memukulnya lagi, Shanbo segera mundur dan berkata, "Tenanglah sedikit. Sebenarnya, aku juga mendengar bahwa kamu memberi tahu serigala secara pribadi bahwa aku tidak sebaik kamu dalam segala hal dan kamu menggunakan banyak kata-kata kasar untuk memakiku." Saat itu, Shanya juga berhenti dan berkata, "Aneh! Saya juga

mendengar ini dari serigala dan aku tidak pernah memarahimu!"

Shanbo kemudian berkata kepada Shanya, "Di sini, kita lebih kuat dari hewan lainnya, jangan sampai terjadi konflik di antara kita. Jika tidak, bukan hanya kita berdua yang dirugikan, tetapi lingkungan sekitar juga akan menjadi kacau. Kita berdua mendengar hal ini dari serigala, jadi pasti ada sesuatu yang mencurigakan dan kita harus tetap tenang."

Meskipun harimau memiliki sifat emosional, tetapi jika dapat berpikir dengan tenang, mereka dapat menyelesaikan konflik dan terhindar dari bencana. □



Illustrasi: Arimami Suryo A.

□ Penerjemah: Erlina, Penyelaras: Arimami Suryo A.
Sumber Buku: 大愛引航 (Dà Ài Yīn Háng)

Info Sehat



Mengatasi Vertigo Mendadak

Dokter Edrik Wiyogo (Dokter Umum RS Cinta Kasih Tzu Chi Cengkareng)

Vertigo adalah gejala pusing berputar yang datang mendadak dan seringkali terasa semakin memburuk dengan perubahan posisi kepala. Gejala vertigo biasanya disebabkan oleh gangguan pada sistem vestibular (pusat keseimbangan) yang berada di telinga bagian dalam, namun terkadang dapat juga menjadi tanda dari penyakit-penyakit lain, termasuk masalah di otak.

Vertigo dapat hanya berlangsung beberapa saat dan tidak menetap, namun pada kasus yang lebih berat, vertigo juga dapat berlangsung hingga beberapa hari, bahkan lebih lama dari itu. Bila Anda mengalami serangan vertigo ringan, Anda dapat mencoba untuk melakukan beberapa hal di bawah ini untuk mengurangi gejala vertigo:

- 1 Bergerak dengan perlahan dan hati-hati, terutama bila menggerakkan kepala.
- 2 Tutup mata dan beristirahat di ruangan gelap dan sunyi.
- 3 Tidur dengan 2 bantal atau lebih di bawah kepala.
- 4 Saat ingin bangun, cobalah duduk di tepi kasur selama beberapa menit terlebih dahulu.
- 5 Jangan membungkuk untuk meraih barang di bawah, usahakan jongkok agar posisi kepala tidak berubah.
- 6 Menggunakan obat yang mengandung *dimenhidrinat* atau *diphenhydramine* (gunakan dengan dosis sesuai anjuran pada kemasan atau anjuran dokter).

Bila Anda mengalami vertigo berat, berkepanjangan, atau vertigo yang disertai gejala-gejala lain seperti demam, lemah anggota gerak, bicara pelo, nyeri kepala atau telinga, telinga berdengung atau gangguan pendengaran, segera pergi ke dokter agar dilakukan pemeriksaan lebih lanjut. Dokter spesialis yang menangani vertigo adalah dokter spesialis neurologi (saraf), dan dokter spesialis THT. □



Sedap Sehat

Gulai Rebung



Bahan-bahan:

- 500 gr rebung
- 650 ml santan (dari 1 buah kelapa)
- 4 lembar daun jeruk
- 2 lembar daun salam
- ½ sdm ketumbar bubuk
- 1 sdm Garam
- 2 sdm Gula pasir
- 1 sdt Kaldu jamur
- 7 sdm Minyak goreng

Persiapan Bahan:

- ◆ 3 butir Kemiri
- ◆ 2 batang Serai
- ◆ 3 cm Jahe
- ◆ 8 cm Lengkuas
- ◆ 8 sdm Cabai merah keriting

Cara Memasak:

1. Rebung dipotong panjang atau sesuai selera.
2. Tumis bumbu halus hingga wangi, masukkan daun jeruk, daun salam, dan ketumbar, lalu tuang santan dan tambahkan garam, gula, serta kaldu jamur. Aduk pelan hingga santan mendidih.
3. Masukkan potongan rebung ke dalam santan yang sudah mendidih. Kecilkan api, masak hingga rebung empuk dan matang kurang lebih 20 menit. Jangan lupa untuk selalu diaduk agar santan tidak pecah. Siap dihidangkan.

Sumber: Buku 62 Resep Vegan Favorit Nusantara



Ragam Peristiwa



PROGRAM BEDAH RUMAH TZU CHI DI SUKABUMI (5 JANUARI 2024)

PROSES PEMBONGKARAN RUMAH. Yayasan Buddha Tzu Chi Indonesia mulai menjalankan Program Bebenah Kampung di Kota Sukabumi, Jawa Barat. Ada tiga unit rumah yang mulai dibongkar dan akan dibangun kembali di Kelurahan Dayeuhluhur, Kota Sukabumi. Program ini merupakan upaya Yayasan Buddha Tzu Chi Indonesia dalam mewujudkan kehidupan masyarakat yang lebih baik, sehat, dan sejahtera.

Anand Yahya



GATHERING PENERIMA BANTUAN TZU CHI (7 JANUARI 2024)

PERHATIAN DAN PENDAMPINGAN. Relawan Tzu Chi komunitas *He Qi Utara 2* mengadakan gathering penerima bantuan Tzu Chi (*Gan En Hu*) di Basement Gedung DAAI, Tzu Chi Center yang dihadiri 40 *Gan En Hu*. Selain menerima bantuan rutin bulanan, pada kesempatan ini para *Gan En Hu* juga diberi penjelasan tentang pentingnya menjaga kesehatan dengan pola makan sehat (vegetarian) dan berolahraga.

Laurence (He Qi Utara 2)



MEMILAH BARANG DAUR ULANG (10 JANUARI 2024)

MENGUBAH SAMPAH MENJADI "EMAS". Sebanyak 26 relawan Tzu Chi komunitas *He Qi Pusat* melakukan pemilahan barang daur ulang sesuai dengan jenis dan warnanya di Depo Pangeran Jayakarta. Setelah dipilah, barang-barang daur ulang ini kemudian bisa dijual dan hasilnya digunakan untuk mendukung kegiatan-kegiatan kemanusiaan Tzu Chi.

Beh Guat Ngo (He Qi Pusat)



KUNJUNGAN KE PANTI WERDHA MARFATI (14 JANUARI 2024)

PERHATIAN KEPADA LANSIA. Para staf dan dokter Tzu Chi Hospital melakukan kunjungan kasih ke Panti Wreda Marfati di Tangerang, Banten. Menerapkan nilai-nilai humanis Tzu Chi di masyarakat, para staf memberikan perhatian ke penghuni panti dengan memberikan susu, memijat, memotong rambut dan kuku, serta bernyanyi bersama.

Edi Wu (Relawan Badan Misi Tzu Chi)

Celengan Bambu Terkini dengan QRIS

Celengan bambu terkini kini hadir dengan **QRIS** untuk mempermudah proses donasi. Berikan kebaikan Anda dengan lebih praktis dan efisien.

1. Buka aplikasi atau aplikasi mobile-banking pada smartphone.
2. Scan QR code untuk melakukan donasi.
3. Ketik jumlah donasi yang diinginkan.
4. Klik bayar & konfirmasi.

Informasi lebih lanjut mengenai celengan bambu **QRIS** dapat diperoleh melalui email tzuchiind@tzuchi.or.id dan Instagram [@celengancintakasih](https://www.instagram.com/celengancintakasih).

